

# ධර්මයේ ඇති සුවිශේෂතා

පුබ්බේ අනනුස්සුතෙසු ධම්මෙසු - පෙර නොඇසූ විරූ දහමක් බව :-

සිද්ධාර්ථ බෝසතාණන් වහන්සේ ජයශ්‍රී මහා බෝධි මූලයේ දී අවබෝධ කර ගත්තේ පෙර කිසිවකුගෙන් අසා නොතිබුණු නවතම දහමකි. එය උන්වහන්සේ තම ඥානයෙන් ම ප්‍රත්‍යක්ෂ කරන ලද්දකි. උන්වහන්සේට සම්මාසම්බුද්ධ යනුවෙන් ව්‍යවහාර කරන්නේ ද මේ නිසයි. පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කරගත් දෘෂ්ටිවලින් තොර වූ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව නම් වූ මෙම දහම සසර දුකින් සදහට නිදහස් වීමේ මාවතයි.

අනිච්ච යන්නෙහි සැබෑ අරුත :-

'සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චා' යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි හේතූන්ගෙන් හටගත් සියල්ල පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වන බව (අනුත්වා සම්භූතං හුත්වා න භවිස්සති). විපරිණාම යනු වෙනස්වීමයි.

සංඛත දෙයක ලක්ෂණ තුනකි (උප්පාදෙ පඤ්ඤයති, වයො පඤ්ඤයති, ධීතස්ස අඤ්ඤතත්ථං පඤ්ඤයති). එනම් යමක හටගැනීම, විනාශය හා වෙනස්වීමයි.

පටිසොතගාමී දහම :-

තථාගත ධර්මය වූ කලී උඩුගං බලා ගමන්කරන (පටිසෝතගාමී), පණ්ඩිත වේදනීය වූ (නිපුණං), අවබෝධයට දුෂ්කර වූ (දුද්දසං), සියුම් (අණුං) වූ ලෝක යථාර්ථයයි. සම්මාසම්බුදු උතුමකු ලොව පහළ වුව ද නොවුව ද මෙම යථාර්ථය ලොව සැමද පවත්නා ස්වභාව ධර්මතාවකි.

ස්කන්ධවල විවිධතා (විපාක, කර්ම, ක්‍රියා) :-

මෙලොව උපත ලද නුවණැති තැනැත්තකු විසින් අවබෝධය කටයුතු වඩාත් උසස් ම දෙය වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකයයි. පෙළ දහමෙහි මෙය විවිධ අවස්ථාවල විවිධ සන්දර්භ යටතේ විග්‍රහ කොට තිබේ. මෙම අංග එක් තැනෙක විපාක වශයෙන් ද තවත් තැනෙක අවිද්‍යාපාදක නව කර්ම වශයෙන් ද තවත් තැනෙක මාර්ගාංග වශයෙන් ද දක්වා තිබේ. ශ්‍රාවකයකු විසින් ඇති කර ගත යුතු මූලික කුසලතාවක් නම් මෙම අංග කිසියම් තැනෙක ප්‍රකාශ වන විට ඒවා ආර්ය සත්‍ය අතුරින් කුමක් නියෝජනය කරන්නේ ද යන වගයි.

සතිපට්ඨාන - සතිපට්ඨාන භාවනා :-

සංයුක්ත නිකායෙහි සතිපට්ඨාන සංයුක්තයට අනුව 'සතිපට්ඨානය' යනු සම්මුති සත්‍යය පදනම් කරගත් සමථ භාවනාවයි. 'සතිපට්ඨාන භාවනාව' යනු පරමාර්ථ සත්‍යය පාදක කරගත් විදර්ශනා භාවනාවයි

(විභංග සුත්ත)

**තථාගත දහමක් අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි?**

තයෝධම්ම සූත්‍රයේ දැක්වෙන පරිදි අපට ශාස්තෘවරයකු අවශ්‍ය වන්නේත් ධර්මයක් බලන්නේත් කරුණු තුනක් ලොව පවතින බැවිනි. එනම් ජාති, ජරා, මරණ යන කරුණු තුනයි.

රට්ඨපාල සූත්‍රයෙහි මෙය කරුණු හතරක් වශයෙන් දක්වා තිබේ. රට්ඨපාල සිටු කුමාරයා පැවිදිවීමට බලපෑ හේතු හතරක් වශයෙන් මෙය දක්වා තිබේ. ඒ අනුව,

1. උපනීයනී ලොකො අද්ධුවො - සත්වයා ජරාවට පත්වීම
2. අන්තානො ලොකො අනභිස්සරො - තමාට කිසිවක් පාලනය කළ නොහැකි වීම
3. අස්සකො ලොකො සබ්බං පහාය ගමනීයං - සියල්ල අතහැර යාමට සිදුවීම
4. උානො ලොකො අනිත්තො නණ්ණාදසො - සත්වයා නිතර අතෘප්තිකර ව තෘෂ්ණාවට දස වී සිටීම

**කර්ම හතර :-**

1. **අන්ථි භික්ඛවෙ කම්මං කණ්ණං කණ්ණවිපාකං.**  
කළු විපාක ගෙන දෙන කළු කර්ම. එනම් අපාගත වීමට හේතුවන ලෝභ, දෝෂ, මෝහ යන අකුසල මූල සහිතව සිදු කරන කර්මයි.
2. **අන්ථි භික්ඛවෙ කම්මං සුක්කං සුක්කවිපාකං.**  
සුදු විපාක ගෙන දෙන සුදු කර්ම. එනම් දෙවිලොව - බඹලොව ඉපිදවීමට හේතුවන කුසල කර්මයි. එමගින් සුගතියෙහි ඉපිද සැප විපාක භුක්ති විඳීමට අවස්ථාව සැලසේ.
3. **අන්ථි භික්ඛවෙ කම්මං කණ්ණසුක්කං කණ්ණසුක්කවිපාකං.**  
විටෙක කළු විපාක ගෙන දෙන කළු (අකුසල) කර්මත් තවත් විටෙක සුදු විපාක ගෙන දෙන සුදු (කුසල) කර්මත් වශයෙන් සිදු කරන කර්මයි. එබඳු කර්ම මිනිස් ලොව, අසුර ලොව වැනි තැන්හි ඉපිදවීමට හේතු වේ.
4. **අන්ථි භික්ඛවෙ කම්මං අකණ්ණඅසුක්කං අකණ්ණඅසුක්කවිපාකං කම්මක්ඛයාය සංවත්තනි.**  
කළුත් නොවන සුදුත් නොවන කර්මක්ෂය කිරීමට හේතුවන කර්ම මෙතමන් හැඳින්වේ. එනම් රහතන් වහන්සේ සිදු කරන කර්ම නැතහොත් ආර්ය උතුමකු ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වැඩිමේ දී විදර්ශනා වැඩිමී වශයෙන් සිදු කරන කර්මයි.  
මෙම සිව්වන කර්මය දේශනා කරන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේලා පමණි. එය පවතින්නේ බුද්ධෝත්පාද සමයක පමණි.

දුතියකම්ම සුත්ත

**මිච්ඡාපට්ඨපද සහ සම්මාපට්ඨපද :-**

බුදුරජාණන් වහන්සේ 'මිච්ඡාපට්ඨපදව' හා 'සම්මාපට්ඨපදව' යනු කුමක්දැයි කෙටියෙන් පැහැදිලි කොට තිබේ. 'මිච්ඡාපට්ඨපදව' යනු 'අවිච්ඡා පච්චයා සංඛාරා ....' යනුවෙන් දැක්වෙන සංසාර චක්‍රයේ පැවැත්මයි. මීට පාදක වන්නේ චතුරාර්ය සත්‍යය නොදැනීමයි. සම්මාපට්ඨපදව යනු 'අවිච්ඡායත්තවෙව අසෙසවිරාගනිරොධා සංඛාර නිරොධො ....' යන සංසාර චක්‍රයෙන් නිදහස් වන මාවතයි. එනම් චතුරාර්ය සත්‍යය හෝ සම්මාදිට්ඨියට පාදක වන ශ්‍රැතමය ඤාණය ලබා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට අනුව සිය ජීවන ප්‍රතිපදව කළමනාකරණය කර ගැනීමයි.

මිච්ඡාදිට්ඨියට පාදක වන්නේ - පාපමිත්‍ර ආශ්‍රය, අසද්ධර්ම ශ්‍රවණය හා අයෝනිසො මනසිකාරය යන කරුණයි.

සම්මාදිවයින පෙරටුව යා යුතු බව :-

ධර්ම මාර්ගය පුහුණු කිරීමට ප්‍රථම ආරම්භයේ දී ම සම්මාදිවයින හෙවත් මනා දැක්මක් ඇති කර ගැනීමේ වැදගත්කම බුදුරජාණන් වහන්සේ නිතර අවධාරණය කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ.

'සම්මාදිවයින පුරෙ ජවං' - සම්මාදිවයින පෙරටුව යා යුතු බව.

'හේනුං පට්ඨව සම්භුතං හෙනුහංගා නිරුජ්ඣති.' - සංඛත වූ සියල්ල හේතු ඇති කල්හි හටගෙන හේතු නිරෝධයෙන් නිරුද්ධ වන බව.

'ආදිමේව කුසලෙසු ධම්මෙසු පරිසුද්ධෙහි, සීලං ව සුවිසුද්ධං දිට්ඨිං ව උජුකා' - ආරම්භයෙහි දී ම සීලය පිරිසිදු විය යුතු බවත් දැක්ම සෘජු විය යුතු බවත් සඳහන් වේ.

'ජානනො අහං හික්ඛවෙ පස්සනො ආසවානං ඛයං වදුමි නො අජානනො නො අපස්සනො' - චතුරාර්ය සත්‍යය නැතහොත් යොනිසොමනසිකාරය දන්නා කෙනාට දක්නා කෙනාට ආසුවයන්ගේ ක්ෂයවීම වදාරන බව.

සම්මාදිවයිනට පාදක වන්නේ - කල‍්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රය, සද්ධර්ම ශ්‍රවණය හා යෝනිසෝ මනසිකාරය යන කරුණුයි. මජ්ඣිම නිකායෙහි සම්මාදිවයින සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි සම්මාදිවයින ලැබීමට හේතුව කරුණු 16ක් දක්වා තිබේ. ඒවා නම් :-

1. 'කර්මය' පිළිබඳව යථාවබෝධයෙන් සම්මාදිවයිනට පැමිණේ. එහි දී අකුසලය හා අකුසල මූලය (ලෝභ, දෝස, මෝහ) - කුසලය හා කුසල මූලය (ආලෝභ, අදෙස, අමොහ) පිළිබඳ යථාවබෝධය

දස අකුසල සහ ඊට පාදක ත්‍රිවිධ අකුසල මූල :-

- |     |                |          |
|-----|----------------|----------|
| 1.  | ප්‍රාණඝාතය     | - ද්වේෂය |
| 2.  | අදත්තාදනය      | - ලෝභය   |
| 3.  | කාමමිථ්‍යාවාරය | - ලෝභය   |
| 4.  | මුසාවාදය       | - ලෝභය   |
| 5.  | පිසුනාවාවය     | - ද්වේෂය |
| 6.  | ඵරුසාවාවය      | - ද්වේෂය |
| 7.  | සම්පප්‍රලාපය   | - මෝහය   |
| 8.  | අහිජ්ඣා        | - ලෝභ    |
| 9.  | ව්‍යාපාද       | - ද්වේෂය |
| 10. | මිච්ඡාදිට්ඨි   | - මෝහය   |

අකුසල් වඩන විට - මෝහ, අහිරික, අනොත්තප්ප, උද්ධච්ච යන අකුසල වෛතසික පවතී.

දස කුසලය හා ඊට පාදක වන කුසල මූල :-

- |     |                          |           |
|-----|--------------------------|-----------|
| 1.  | ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීම     | - අද්වේෂය |
| 2.  | අදත්තාදනයෙන් වැළකීම      | - අලෝභය   |
| 3.  | කාමමිථ්‍යාවාරයෙන් වැළකීම | - අලෝභය   |
| 4.  | මුසාවාදයෙන් වැළකීම       | - අලෝභය   |
| 5.  | පිසුනාවාවයෙන් වැළකීම     | - අද්වේෂය |
| 6.  | ඵරුසාවාවයෙන් වැළකීම      | - අද්වේෂය |
| 7.  | සම්පප්පලාපයෙන් වැළකීම    | - අමෝහය   |
| 8.  | අනහිජ්ඣා                 | - අලෝභ    |
| 9.  | අව්‍යාපාද                | - අද්වේෂය |
| 10. | සම්මාදිට්ඨි              | - අමෝහය   |

කුසල් වඩන විට - සද්ධා, සති, හිරි, ඔත්තප්ප යන කුසල වෛතසික පවතී.

2. **ආහාරය :-**  
 'ආහාරය' පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. එනම් කබලිංකාර ආහාර, එස්සාහාර, විඤ්ඤුණාහාර, මනොසඤ්චේතනාහාර යන අතර ආහාරයි.  
 'ආහාරයට හේතුව තණ්හාවයි'.  
 'තණ්හා නිරෝධයෙන් ආහාර නිරෝධය' වේ.  
 'ආහාරනිරෝධගාමිනී පටිපදාව' නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
3. **සත්‍යය :-**  
 දුක්ඛ, දුක්ඛසමුදය, දුක්ඛනිරෝධ, දුක්ඛනිරෝධගාමිනීපටිපදා යන චතුරාර්ය සත්‍යය දැන ගැනීමෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ.  
 දුකට හේතුව තණ්හාවයි.  
 තණ්හාව නැති කිරීමෙන් දුක නැති වේ.  
 දුක නැති කරන මාවත නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
4. **ජරාමරණ :-**  
 ජරාමරණ එනම් දිරාපත්වීම හා මරණය පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. ජරාමරණයට හේතුව නම් ජාතිය හෙවත් උපතයි, ආයතනයන්ගේ පහළවීමයි.  
 ජරාමරණ නිරෝධ කළ හැක්කේ ජාති නිරෝධයෙනි.  
 ජරාමරණ නිරෝධයට මාවත නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
5. **ජාති :-**  
 ජාති පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. ජාති යනු ඒ භවයෙහි උපතයි. එනම් ආයතනයන්ගේ පහළවීමයි.  
 ජාතියට හේතුව භවයයි.  
 භාවය නැතිකිරීමෙන් ජාති නිරෝධය වේ.  
 ජාති නිරෝධ කරන මාවත නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
6. **භව :-**  
 භවය පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. භවය යනු කාම, රූප, අරූප වශයෙන් උපතක් සඳහා අවශ්‍ය කර්ම සකස්වීමයි.  
 භවයට හේතුව උපාදානයි.  
 උපාදාන නිරෝධයෙන් භවනිරෝධය වේ.  
 භවනිරෝධගාමිනී පටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
7. **උපාදාන :-**  
 උපාදාන පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. උපාදාන යනු කාම, දිවියි, සීලබ්බත, අත්තවාද වශයෙන් පවත්නා යමක් තමන් වෙත ග්‍රහණය කර ගැනීමයි.  
 උපාදානයට හේතුව තණ්හාවයි.  
 තණ්හාව නැති කිරීමෙන් උපාදාන නිරෝධය වේ.  
 උපාදාන නිරෝධගාමිනීපටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
8. **තණ්හා :-**  
 තණ්හාව පිළිබඳ යථාචාර්යයෙන් ද සම්මාදිවිධියට පැමිණේ. තණ්හා යනු කාම, භව, විභව වශයෙන් පවත්නා ඇලීමයි.  
 තණ්හාවට හේතුව වේදනාවයි.  
 වේදනා නිරෝධයෙන් තණ්හා නිරෝධය වේ.  
 තණ්හා නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

9. වේදනා :-

වේදනා පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. වේදනා යනු ඇස ආදී ආයතන ඔස්සේ ලබන විදීමයි. වක්ඛුසම්ඵස්සජා වේදනා, සොතසම්ඵස්සජා වේදනා, ඝාතසම්ඵස්සජා වේදනා, ජීවිතාසම්ඵස්සජා වේදනා, කායසම්ඵස්සජා වේදනා, මනෝසම්ඵස්සජා වේදනා වශයෙන් මෙය හය වැදෑරුම් වේ.

වේදනාවට හේතුව ඵස්සයයි.

ඵස්ස නිරෝධයෙන් වේදනා නිරෝධය වේ.

වේදනා නිරෝධගාමිනීපටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි

10. ඵස්ස :-

ඵස්සය පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. ඵස්සය (ස්පර්ශය) හයාකාරයි. ඵනම් වක්ඛුසම්ඵස්ස, සොතසම්ඵස්ස, ඝාතසම්ඵස්ස, ජීවිතාසම්ඵස්ස, කායසම්ඵස්ස, මනෝසම්ඵස්ස යනුවෙනි.

ඵස්සයට හේතුව සලායතනයයි.

සලායතන නිරෝධ කිරීමෙන් ඵස්සය නැති වේ.

ඵස්ස නිරෝධ කරන මාවත ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

11. සලායතන :-

සලායතන පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. සලායතන (ආයතන හය) යනු වක්ඛායතන, සොතායතන, ඝාතායතන, ජීවිතායතන, කායායතන, මනායතන යන හයයි. සලායතනයන්ට හේතුව නාමරූපයි.

නාමරූප නිරෝධ කිරීමෙන් සලායතන නිරෝධ වේ.

සලායතන නිරෝධගාමිනීපටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

12. නාමරූප :-

නාමරූප පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. 'නාම' යනු වේදනා, සඤ්ඤ, වේතනා, ඵස්ස, මනසිකාර යන වෛතසිකයි. නැතහොත් ඵස්ස, වේදනා, සඤ්ඤ, වේතනා, ඒකග්ගතා, ජීවිතන්ද්‍රිය හා මනසිකාරයි.

රූප යන සතරමහාභූතරූප හා ඒවා ඇසුරු කොට පවත්නා උපාදය රූපයි.

නාමරූපයට හේතුව විඤ්ඤණයයි.

විඤ්ඤණ නිරෝධයෙන් නාමරූප නිරුද්ධ වේ.

නාමරූප නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

13. විඤ්ඤණ :-

විඤ්ඤණ පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. විඤ්ඤණ යනු ඇස ආදී ආයතනවලට ගෝචර වන වර්ණරූප, ශබ්දරූප ආදිය දැන ගැනීමයි. වක්ඛුවිඤ්ඤණ, සොතවිඤ්ඤණ, ඝාතවිඤ්ඤණ, ජීවිතාවිඤ්ඤණ, කායවිඤ්ඤණ, මනෝවිඤ්ඤණ වශයෙන් දැනගැනීම් හයකි.

විඤ්ඤණයට හේතුව සංඛාරයි.

සංඛාර නිරෝධයෙන් විඤ්ඤණ නිරෝධය වේ.

විඤ්ඤණනිරෝධගාමිනී පටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

14. සංඛාර :-

සංඛාර පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ. සංඛාර යනු කායසංඛාර, වච්චසංඛාර, චිත්තසංඛාරයි. නැතහොත් පුඤ්ඤභිසංඛාර, අපුඤ්ඤභිසංඛාර, ආනෙඤ්ජාභිසංඛාර වශයෙන් දැක්වෙන රැස්කිරීම් ය.

සංඛාරයට හේතුව අවිද්‍යාවයි.

අවිද්‍යාව දුරු කිරීමෙන් සංඛාර දුරු වේ.

සංඛාර දුරුකරන මාවත නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

15. අවිජ්ජා :-

දුක්ඛාදී වතුරාර්ය සත්‍යය නොදැනීම නම් වූ අවිද්‍යාව පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ.

අවිජ්ජාවට හේතුව ආසුවයි.

ආසුව නැති කිරීමෙන් අවිජ්ජාව නැති වේ.

අවිජ්ජාව නැති කරන මාවත ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

16. ආසව :-

කාමාසව, භවාසය, (දිට්ඨාසව), අවිජ්ජාසව යන ආසව පිළිබඳ යථාවබෝධයෙන් ද සම්මාදිට්ඨියට පැමිණේ.

ආසවයන්ට හේතුව අවිජ්ජාවයි.

අවිජ්ජා නිරෝධයෙන් ආසව නිරෝධය වේ.

ආසව නිරෝධගාමීනී පටිපදාව නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.

සාර්පුත්ත මහරහතන් වහන්සේ විසින් පැහැදිලි කරන ලද මෙම සම්මාදිට්ඨි සූත්‍රයට අනුව සම්මාදිට්ඨිය ලද හැකි ආකාරය 16ක් දක්වා තිබේ. මේ කවර ක්‍රමයෙන් සම්මාදිට්ඨියට ලැබුව ද ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නමැති මාවතට පිවිසීම සාධාරණ වූවකි. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩන විට සෝභන හෙවත් කුසල චෛතසික උපරිම මට්ටමින් වැඩෙන අතර අකුසල චෛතසික ද ක්‍රමයෙන් ප්‍රහීණ වේ. අනෙක් අතින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩන විට සතර සතිපට්ඨාන ආදී සෙසු බෝධි පාක්ෂික ධර්ම ද සම්පූර්ණ වී විද්‍යා විමුක්ති සාක්ෂාත් කර ගැනීමට ද අවස්ථාව උදාවේ.

ඉන්ද්‍රියභාවනා සුක්ත හා ආධ්‍යාත්මික භාවිතයේ ප්‍රතිඵල :-

බුදුසසුනෙහි අනුත්තර ඉන්ද්‍රිය භාවනාව, සේධ ප්‍රතිපදාව හා භාවිතීන්ද්‍රිය යන අංග තුන යටතේ ධර්මය වඩන්තකු තුළ පවත්නා ආධ්‍යාත්මික ප්‍රගතිය පැහැදිලි කොට තිබේ.

බුදුසසුනෙහි අසිරිමත් කරුණු :-

පහාරාද සූත්‍රයේ දැක්වෙන පරිදි මහසයුරෙහි පවත්නා සුවිශේෂී කරුණු අටක් උපමා කොට ගනිමින් ඒවා බුදුසසුනෙහි ශ්‍රාවකයින් සිත් අලවා වාසය කිරීමට හේතුවන බව දක්වා තිබේ. - අංග අට

1. අනුපූර්ව ස්වභාවය (මහාසමුද්දෙ අනුපුබ්බනින්නො අනුපුබ්බපොනො අනුපුබ්බපබ්භාරො) ඊට සමගාමී ව සසුනෙහි අනුපුබ්බසික්ඛා, අනුපුබ්බකිරියා අනුපුබ්බපට්ඨපද (ඵවමෙව ඛො පහාරාද, ඉමස්මිං ධම්මවිනයෙ අනුපුබ්බසික්ඛා, අනුපුබ්බකිරියා, අනුපුබ්බපට්ඨපද)
2. වෙරළ නොඉක්මවීම (මහාසමුද්දෙ ධීනධම්මො වෙලං නාතිවත්තනි). ඊට සමගාමීව මෙම සසුනෙහි භික්ෂුහු ජීවිත හේතුවෙනුදු ශික්ෂාපද නොඉක්මවයි (ජීවිතහෙනුඵ සික්ඛාපදං නාතික්කමන්ති).
3. අපිරිසිදු දෑ නොරැඳීම (මහාසමුද්දෙ න මනෙන කුණපෙන සංවසනි). ඊට සමගාමීව සසුනෙහි දුස්සීල භික්ෂුන් සමග සංඝයා නොවසති (... න නෙන සංඝො සංවසනි).
4. සිව්දෙසින් ගලන ගංගා එකම මුහුදු දිය බවට පත්වීම (යානි කාචි මහානදියො සෙය්‍යථීදං; ගඛිනා, යමුද, අචිරවනී, සරහු, මහී. තා මහාසමුද්දං පත්වා ජහන්ති පුරිමානි නාමගොත්තා). ඊට සමගාමීව සසුනෙහි නොයෙක් දෙසින් පැමිණ පැවිදි වන සංඝයා එකම බුද්ධශ්‍රාවකයන් බවට පත් වෙති (... සමණා සකාපුත්තියා ත්වෙව සංඛං ගච්ඡන්ති).

5. පිරි ඉතිරි නොයෑම (... න නෙන මහාසමුද්දස්ස උගන්තං වා පූරන්තං වා පඤ්ඤයති). ඊට සමානව මේ ධර්මවිනයෙහි රහත් උතුමන්ගෙන් නිවනෙහි පිරි ඉතිරි යාමක් නොවේ (න නෙන නිබ්බානධාතුයා උගන්තං වා පූරන්තං වා පඤ්ඤයති).
6. එකම රස ලුහු රස (මහාසමුද්දෙ එකරසො ලොණරසො). ඊට සමානව මේ ධර්මවිනයෙහි පවතින්නේ එක ම විමුක්ති රසයයි (අයං ධම්මවිනයො එකරසො විමුක්තිරසො).
7. වටිනා දෑ මුහුදු පතුලේ තැන්පතී වීම (මහාසමුද්දෙ බහුරන්තො අනෙකරන්තො). ඊට සමානව මෙම ධර්මවිනයෙහි වටිනා මිණිමුතු බඳු සතර සතිපට්ඨානය ... ආදී සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම පවතී (අයං ධම්මවිනයො බහුරන්තො අනෙකරන්තො තත්ත්වමානී රන්තානි සෙය්‍යථිදං; චන්තාරො සතිපට්ඨානා, චන්තාරො සම්මප්පධානා....).
8. තිමි, තිමිඞ්ගල ආදී මහා සත්වයන් එහි වාසය කිරීම (මහාසමුද්දෙ මහනං භුතානං ආවාසො). ඊට සමානව මේ සම්බුදු සසුනෙහි (අයං ධම්මවිනයො මහනං භුතානං ආවාසො තත්ත්වම භුතා සොනාපන්තො ....)

**බ්‍රහ්මචර්යාව නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය :-**

බ්‍රහ්මචර්ය යන්න බුදුදහම තුළ විවිධ අර්ථ සඳහා භාවිත කොට ඇති අතර එය විශේෂයෙන් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සඳහා ව්‍යවහාර කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ. බුද්ධෝත්පාද සමයක ක්ෂණ සම්පත්තිය නම් වූ අතිශය දුර්ලභ භාග්‍යසම්පන්න අවස්ථාව ලද තැනැත්තකු වශයෙන් අනුගමනය කළ හැකි උසස් ම ප්‍රතිපදාව වශයෙන් අක්කණ සූත්‍රයෙහි දක්වා ඇත්තේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය අනුගමනය කිරීමයි.

**ධර්මයේ ගුණ - 6කි.**

1. ස්වාක්ඛාත - මූල, මැද, අග නම් වූ සීල, සමාධි, පඤ්ඤා යන ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව මැනවින් දේශනා කර තිබීම ධර්මයේ පවත්නා සුවිශේෂී ලක්ෂණයකි.
2. සන්දිට්ඨික - එනම් මේ ජීවිතයේ දී ප්‍රතිඵල ලද හැකි අනුශාසනාවකි.
3. අකාලික - කල් නොයවා ප්‍රතිඵල දැකිය හැකි වීම ද ධර්මයේ පවත්නා ලක්ෂණයකි.
4. එහිපස්සික - ඕනෑම කෙනෙකුට 'එන්න, බලන්න' යනුවෙන් විවෘත ව පැවැසිය හැකි අනුශාසනයකි.
5. ඕපනයික - තමා වෙත පමුණුවා ගෙන ප්‍රතිඵල ලද හැකි බව මෙයින් ප්‍රකාශ වේ.
6. පව්වන්තං වේදිතබ්බ විඤ්ඤහි - නුවණැත්තන් විසින් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් ප්‍රතිඵල දන යුතු ඉගැන්වීමකි.

ධර්මය පුහුණුව - සතුට ක්‍රමයෙන් වැඩිවීම - මහලු වන විට ද එම ආධ්‍යාත්මික සතුට අඩු නොවන බව.

**දනයේ විවිධ මට්ටම් :-**

ත්‍රිවිධ දන : ආම්ස, අභය (පංචශීල ප්‍රතිපදාව), ධර්ම දන (සබ්බදනං ධම්මදනං ජනාති)

ආත්ම සුඛ පරිත්‍යාගය : තමාගේ සුවය අන් අය වෙනුවෙන් කැප කිරීම

හත්ථිගාම උග්ග සූත්‍රයෙන් ප්‍රකට වන දන දර්ශනය : දනය දෙන විට ප්‍රතිග්‍රාහකයා තුළ පවත්නා ගුණයට වඩා ඔහුගේ අවශ්‍යතාව පිළිබඳ වැඩි සැලකිල්ලක් දැක්වීම. මෙය සැබැවින් බොසත් චිත්තාවකි. ආර්ය උතුමන් තුළ පවත්නා ලක්ෂණයකි.

දක්බිණ විභංග සූත්‍ර විග්‍රහය : සසර සැරිසරන සත්ත්වයන් සලකා දන්දීමේ දී ඔවුන්ට ඉහළ ආනිසංස ලැබෙන මග මෙහි දී විස්තර කර තිබේ. ඒ අනුව තමනුත් සිල්වත් ව සිල්වත් උතුමන් වෙත දන් දීමේ අගය අවධාරණය කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ.

දන් දීමේ දී එය වඩාත් ආනිසංසදායී කර ගැනීම සඳහා අනුගමය කළ යුතු අංග පහක් වේලාම සූත්‍රයෙහි දක්වා තිබේ. ඒ අනුව;

1. සකසා දන් දීම (සක්කච්චං දනං දෙති)
2. සියතින් දන්දීම (සහත්ථං දනං දෙති)
3. ගෞරව පෙරදැරිව දන්දීම (චිත්තිකත්වා දනං දෙති)
4. කර්මඵල අදහා දන්දීම (ආගමනදිට්ඨිකො දනං දෙති)
5. නිතර දන් දීම (අනපච්ඡේදං දනං දෙති)

**සීලයේ විවිධ ප්‍රභේද හා එහි උසස් ම මට්ටම :-**

කායික වාචසික සංවර්ජය පදනම් කරගත් විනයවත් බව සීලයයි.

පංචශීලය පදනම් කරගත් අභයදානය (අභයං දෙති අවෙරං දෙති, අබ්‍යාපජ්ඣං දෙති)

දිට්ඨිං ව අනුපගම්ම යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි ඇත - නැත අන්ත දෙකින් දුරු වූ දර්ශනයක් සහිත ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ අංගයක් වූ සීලය

ආර්ය මාර්ගයට හෙවත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පිවිසි විට සුළු වූ ද වරදෙහි බිය දක්නා ස්වභාවය - අණුමත්තෙසු වජ්ජෙසු හයදස්සාවී

දෘෂ්ටි පරාමර්ශනයෙන් තොරව මධ්‍ය මාර්ගයට පිවිසි විට නුවණැත්තන් නිග්‍රහ කරන සුළු වූ ද වරදක් නොකරන ස්වභාවය - නව බුද්දං සමාවරෙ කිඤ්චි යෙන විඤ්ඤු පරෙ උපවදෙය්‍යුං

ප්‍රඥාව හා මිශ්‍රිත ශීලය

**මෙමතිය :-**

ශාන්ත පදය නම් වූ නිවන වෙත ගමන් කරන මාවතෙහි දියුණු කර ගත යුතු මූලික ගුණාංගයකි. මෙත්තා භාවනාව කමටහනක් වශයෙන් ද ද්වේෂය දුරුකර ගැනීමේ උපායක් වශයෙන් ද මිනිස් නොමිනිස් සැමගේ ප්‍රසාදය සඳහා ද මානසික ආතතිය දුරුකර ගැනීමේ ක්‍රමයක් වශයෙන් ද ලෞකික කුසලය දියුණු කර ගැනීමේ ප්‍රධාන කුසලයක් වශයෙන් ද බුදුදහමෙහි බෙහෙවින් අවධානයට ලක් කර තිබේ. තව ද මෙත්ත සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි ආර්ය ශ්‍රාවකයා මෙමතිය වඩන්නේ විචේක, විරාග, නිරොධ, වොස්සග්ගපරිණාමී යන ගුණාංග ඉලක්ක කොට බව ද සඳහන් වේ.

**කලණමිතුරු :-**

කලාණ මිත්‍රත්වය මෙලොව ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය සඳහා ද පරලොව සුගතිගාමීවීම සඳහා ද නිර්වාණාවබෝධය සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා ද බෙහෙවින් උපකාරවත් වන සාධකයක් ලෙස ධර්මයෙහි විස්තර කොට තිබේ.



**ආගමික සහජීවනය :-**

බුදුරජාණන් වහන්සේ එකල පැවැති ආගමික පාර්ශ්වයන් සමඟ සුහදව කටයුතු කළ ආකාරය දැක ගත හැකි ය. එහි දී විවේක ලද අවස්ථාවන්හි දී ජටිල, පරිබ්‍රාජක, නිගණ්ඨ ආදීන් ආශ්‍රමවලට වැඩම කළ බව පෙනේ.

**සියලු ගැටලුවලින් නිදහස්වන මාවත :-**

අභ්‍යන්තර හා බාහිර සියලු ගැටලුවලින් නිදහස්වන සැබෑ මාවත වන්නේ සීල, සමාධි, පඤ්ඤා යන ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවයි. ජටා සුත්ත

සීලෙ පතිට්ඨාය නරො සපඤ්ඤෙ චිත්තං පඤ්ඤං ච භාවයං,  
ආනාපී නිපකො භික්ඛු සො ඉමං විජටයෙ ජටං.

**චතුරාර්ය සත්‍යයට අදාළ කාර්ය :-**

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 1. දුක්ඛ සත්‍යය | - පරිඤ්ඤායා   |
| 2. සමුදය සත්‍යය | - පහාතබ්බ     |
| 3. නිරෝධ සත්‍යය | - සච්ඡිකාතබ්බ |
| 4. මාර්ග සත්‍යය | - භාවෙතබ්බ    |

**දැක්ම - භාවිතය හා ප්‍රතිඵලය :-**

බුදුදහමෙහි දර්ශනයක් භාවිතයක් මෙන් ම එහි ප්‍රතිඵල ද දක්වා තිබේ (සත්‍ය - කෘත්‍ය - කෘත).  
Vision, Mission and Result.

**අවධිංග - දසංග :-**

- |                                |                                           |
|--------------------------------|-------------------------------------------|
| නිවන් මග වඩන විට අංග අටයි      | - අවධිංගසමන්තාගතො සෙබො                    |
| අර්භත්වයට පත් වූ විට අංග දහයයි | - දසංගසමන්තාගතො අරහා (මහාවත්තාරීසක සුත්ත) |

**නිපරිච්චිට්ඨවාදසාකාරය :-**

1. දුක්ඛ සත්‍යය - 1. මෙය දුක්ඛ බව, 2. මේ දුක් පිරිසිදු දැනගැනීම බව (පරිඤ්ඤායා), 3. දුක් පිරිසිදු දත් බව (පරිඤ්ඤාත)
2. සමුදය සත්‍යය - 1. මෙය දුක්ට හේතුව බව, 2. දුක්ට හේතුව ප්‍රභාණය කළ යුතු බව (පහාතබ්බ), 3. දුක්ට හේතුව ප්‍රභාණය කළ බව (පහීණ)
3. නිරෝධ සත්‍යය - 1. මෙය දුක්කෙහි නිරෝධය බව, 2. දුක්කෙහි නිරෝධය සාක්ෂාත් කළ යුතු බව (සච්ඡිකාතබ්බ), 3. දුක්කෙහි නිරෝධය සාක්ෂාත් කළ බව (සච්ඡිකත)
4. මාර්ග සත්‍යය - 1. මෙය දුකින් නිදහස් වන මාවත බව, 2. දුකින් නිදහස් බව මාවත වැඩිය යුතු බව (භාවෙතබ්බ), 3. දුකින් නිදහස් වන මාවත වැඩු බව (භාවිත)

ස්කන්ධ පංචකය :-

ඵණපිණ්ඩුපමං රූපං චේදනා බ්බිබ්බුලුපමා මර්චුපමා සඤ්ඤ,  
සංඛාරා කදලුපමා මායුපමං ච විඤ්ඤණං දෙසිනාදිච්ච ඛන්ධුමා.

ඤ්ඤයේ ප්‍රභේද :-

විඤ්ඤණ - පඤ්ඤ - ඤ්ඤ - සඤ්ඤ

කච්චානගොත්ත සූත්‍රය :-

'ඇත', 'නැත' යන අන්ත බැහැර කළ බව. ද්විකෝටික මෙන් ම චතුකෝටික ක්‍රමය ද බුදුදහමින් බැහැර කෙරේ.

අත්ථිත්‍රුඛො පරියාය සූත්‍රය :-

සද්ධා, රුචි, අනුස්සව, ආකාරපරිචිතක්ක, දිට්ඨිනිජ්ඣානක්ඛන්ති යන අංගවලින් තොරව තමන් තුළ කෙළෙස් නැති බව දැන ගන්නා බව. මෙම කරුණු ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයේ පැවැතිය ද අවසානයේ දී ඒවායින් ද නිදහස් වන බව මෙම සූත්‍රයෙන් පැහැදිලි වේ.

සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මයන්ගේ අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධය :-

- ❖ සතර සතිපට්ඨානය අනුගමනය කරන විට සියලු කරුණු සම්පූර්ණ වන බව
- ❖ ආනාපාන සතිය සම්පූර්ණ කරන විට අනෙක් කරුණු සම්පූර්ණ වන බව
- ❖ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සම්පූර්ණ කරන විට අනෙක් කරුණු සම්පූර්ණ වන බව
- ❖ සත්ත බොජ්ඣංග සම්පූර්ණ කරන විට අනෙක් කරුණු සම්පූර්ණ වන බව
- ❖ සතිපට්ඨානය හා ආර්යඅෂ්ටාංගික මාර්ගය - 37 ධර්ම

සැබෑ මිත්‍රත්වය :-

- ❖ ශ්‍රද්ධාවට පත් වූ තැනැත්තා සුවච බව ඇති අන් අයට ද ශ්‍රද්ධාව ලබා දිය යුතු බව
- ❖ පංචශීලය රකින තැනැත්තා අන් අය ද පංචශීලයේ සමාදම් කරවිය යුතු බව
- ❖ සතිපට්ඨානය තේරුම් ගත් තැනැත්තා අන් අය ද සතිපට්ඨානය තුළ හික්මවිය යුතු බව

බුදුහිමි - ධර්මය - පටිච්චසමුප්පාදය :-

යො ධම්මං පස්සති සො මං පස්සති,  
යො මං පස්සති සො ධම්මං පස්සති.

යො පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති සො ධම්මං පස්සති,  
යො ධම්මං පස්සති සො පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති.

ගවමපති සූත්‍රය :- චතුරාර්ය සත්‍යය එකක් තේරුම් ගැනීම අනෙක් අංග තේරුම් ගැනීමට ඉවහල් වන බව.

**මනස පිළිබඳ බෞද්ධ විග්‍රහය :-**

මනෝප්‍රබ්බංගමා ධම්මා මනෝසෙට්ඨා මනෝමයා,  
මනසා චෙ පද්‍රව්ඨෙන භාසතී වා කරොති වා,  
තනො නං දුක්ඛමන්වෙති චක්කං'ච වහතො පදං.

මනෝප්‍රබ්බංගමා ධම්මා මනෝසෙට්ඨා මනෝමයා,  
මනසා චෙ පසන්තෙන භාසතී වා කරොති වා,  
තනො නං සුඛමන්වෙති ඡායා'ච අනපායිති. (ධ.ප.)

**සංවේදනික බුද්ධිය :-**

නූතන මනෝ විද්‍යාවේ සංවේදනික බුද්ධිය යනුවෙන් දැක්වෙන මනාපෞරුෂයක ගුණාංග දැක්වීමේ දී කරුණු පහක් දක්වා තිබේ.

- 1. ආත්ම අවධානය - Self Awareness
- 2. ආත්ම සංයමය - Self Regulation
- 3. අභ්‍යන්තර අභිප්‍රේරණය - Inner Motivation
- 4. සහකම්පනය - Empathy
- 5. සමාජ (භාෂාමය) කුසලතා - Social / Communication Skills

මෙකී ගුණාංග බුදුදහම තුළ ආර්යඅෂ්ටාංගික මාර්ගය ඇතුළු දේශනා බොහොමයක නිතර සාකච්ඡාවට භාජන වේ. ඒ අතර,

උට්ඨානවනො සතිමනො සුවිකම්මස්ස නිසම්මකාරනො,  
සඤ්ඤනස්ස ච ධම්මඡ්චිනො අප්පමන්තස්ස යසොති වඩ්ඪති.

**බුදුදහමෙන් ප්‍රකාශිත ප්‍රධාන ගුණාංග :-**

- 1. සුවච
- 2. කතඤ්ඤතා
- 3. සීල
- 4. මෙත්තා
- 5. සතිපට්ඨානය
- 6. පඤ්ඤා

‘ආරොග්‍යපරමා ලාභා සන්තුට්ඨිපරමං ධනං,  
විස්සාසපරමා ඤාතී නිබ්බානපරමං සුඛං’ (ධ.ප.)



ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි !

**‘සඟසරණ නැණකිරණ’ ධර්ම සාකච්ඡා 3**

ලොස් ඇන්ජලීස් බෞද්ධ විහාරය කොවිනා - Mindfulness Meditation Center - 04.04.2024